

«Цветочки»

Вот цветочек вырастает.

(Дети сидят на корточках и медленно поднимают голову).

Лепесточек выпускает.

(Ручки в стороны и немного вверх).

Он головку поднимает.

(Ручки поднялись выше и немного округлились над головой).

И цветочек раскрывает.

(Дети встают в полный рост и раскрывают ручки).

«Подснежники просыпаются».

Дети садятся на корточки и закрывают глаза.

Вот подснежники проснулись,

Улыбнулись, потянулись.

Раз – росой они умылись.

Два – изящно покружились.

Три – нагнулись и присели.

И на солнце поглядели.

(Выполняют движения по тексту)

«Весна – красна»

Весна-красна, ты с чем пришла? (Руки в стороны, поклониться.)

С цветами, с травой, с лошадкой вороной. (Руками указать на траву, цветы, взять поводья.)

Мы на ней поскачем по траве луговой, (Подскоки на месте.)

К воде ключевой. (Наклониться, зачерпнуть воображаемую воду.)

Солнышку улыбнёмся, (Соответственно.)

Домой к мамочке вернёмся. (Сесть на свои места.)

Весенняя физминутка (пальчиковая гимнастика)

Стучат всё громче дятлы,

Синички стали петь (соединяем ладошки и изображаем «клювик», то раскрывая, то закрывая его).

Встаёт пораньше солнце,

Чтоб землю нашу греть (растопырить пальцы на обеих руках как лучики у солнца)

Бегут ручьи под горку,

Растаял весь снежок, (волнообразные движения ладонями, ладонь смотрит вниз на стол)

А из под старой травки

Уже глядит цветок... (ладони соединить и чуть раскрыть, пальцы полусогнуть, чтобы получилась чашечка цветка)

Раскрылся колокольчик

В тени там, где сосна, (раскрываем наш цветочек)

День-день, звенит тихонько,

День-день, пришла весна. (покачиваем наш цветочек из стороны в сторону)